



# تواضع القديسين

الشماس / اسبيرو جبور

# سلسلة مؤلفات الشماس اسبيرو جُور

تواضع القديسين

---

## مكتبة الجبل للنشر والتوزيع

الكتاب :	تواضع القديسين.
الكاتب :	الشماس اسبيرو جبور
الناشر :	مكتبة الجبل للنشر والتوزيع .
الطبعة :	الأولى للجبل للنشر والتوزيع ٢٠١٧.

© جميع الحقوق محفوظة للجبل للنشر والتوزيع .

للطلب داخل لبنان وسوريا:

الاب باسيل محفوظ : من خارج لبنان (٠٠٩٦١٣٨٧٩٣١٤)

من داخل لبنان (٠٣٨٧٩٣١٤)

للطلب داخل جمهورية مصر العربية :

دار مجلة مرقس : ٢٨ شارع شبرا - ٢٥٧٧٠٦١٤

الجبل للنشر والتوزيع : ٠١٢٧٧٣٩٧٧٧٢

(٤٠ ش الحجاز - مصر الجديدة - الدور الأرضي).

# تواضع القديسين

بقلم المعلم الانطاكي  
الشمس اسبيرو جبّور







## تواضع القديسين

قال الرب يسوع " تعلّموا مِنِّي فَإِنِّي وديعٌ ومتواضع القلب ".  
اللفظة اليونانية تعني حرفياً " تتلمذوا لي فَإِنِّي وديعٌ ومتواضع القلب ".  
القديسون متواضعون ووُدعاء وهذا نتيجةً جهادٍ روحيٍّ مرير. العذراء مريم قالت "تُعْظِمُ نفسيَ الرب وتبتهجُ رُوحِي بالله مَخْلِصِي لِأَنَّهُ نَظَرَ اِلى تَواضَعِ أُمَّتِهِ " . إستحقّت العذراء أن تصيرَ أُمّاً لیسوعَ المسيح بِفَضْلِ تَواضُعِهَا. في رسالة بولس الرسول الى أهل فيليبي "جاءَ فليكنَ فيكمُ الفِكرُ الذي في المسيح يسوع".

وما هو هذا الفكر في الرسالة نفسها؟.

هو أَنَّهُ يسوع له المجد مساوٍ للآبِ في الجوهر ومع ذلك تواضع وصارَ مُساوياً لنا في الجوهرِ البشري. تنازلَ الى هذا الحدّ ليصيرَ إنساناً من أجلنا. إنسحقَ أنسحاقاً كبيراً وظهرَ على الأرضِ في صورةِ إنسانٍ كاملٍ مثلاً بدون أن يُشعشعَ فيه النور خارجياً مع أَنَّهُ ممتلئٌ من النور كما ظهرَ شيءٌ منه على جبل التجلي، وكلُّ ذلكَ من أجلنا لأننا لا



نستطيع أن نرى النور الألع من الشمس، هذا النور البارز من جسده.  
من أجلنا أخفى هذا التشعُّع لنستطيع أن نراه ونخالطه ونعيش معه.  
وما اكتفى بذلك بل إرتقى الصليب ومات على الصليب ولذلك  
رفعه الله وأجلسه عن يمينه في السماوات. إنحدَرَ إلى الأرض، إنحدَرَ إلى  
أعمق أعماق الأرض، إلى الجحيم فأخرج منها الذين آمنوا به.

هذا الإنسحاق الكبير من الإله العظيم دَرْسٌ كبير! طريقُ  
الإنسحاق هذه هي طريقُ المسيحية المثلى. القديسون إقتدوا بيسوع  
وأمه ولكنهم في الأساس بشرٌ مثل كلِّ البشر، لا يمتازون على سواهم  
من حيث الولادة والخَلقة إنما تعالوا فوق ضَعَفات البشر ليبلغوا السماء  
بجروت جهادهم الروحي. كيف تواضعوا؟ في الكنيسة الأرثوذكسية  
صلواتٌ عديدة أنشأها قديسون عظام ممتلئون من الروح القدس وهي  
تنطقُ بتواضعهم الكبير. القديس أفرام بَطَلٌ من أبطال التواضع. كُتِبَ  
مشحونة بعبارات الإعتراف والندامة والتذلل أمام الله والصلوات  
الخشوعية البارة. لدينا منه الآن في العربية كتابٌ ترجمه صاحب  
السيادة المطران أفرام كريكوس وضمَّ إليه رُبْعاً كان اسبيرو قد صحَّح

ترجمته العربية الرديئة، هذا الكتاب تُحفة في الندامة والتوبة. وكان القديس الروسي العبقري ثيوفانوس الحبس الناسك صاحب المؤلفات العديدة قد استخرج من مؤلفات القديس أفرام الصلوات ونظمها في ١٥٠ مزموراً، وهي صلوات خشوعية إنسحاقية تدور حول التوبة والإعتراف بالخطايا والتذلل أمام الله.

وهناك باسيليوس الكبير ويوحنا فم الذهب ويوحنا الدمشقي وسمعان اللاهوتي وسمعان المترجم واندراوس الدمشقي أسقف كريت وثيودورس وأخوه وسواهم ممن أنشأوا صلوات خشوعية ممتلئة من الإعترافات القويّة. فمثلاً في قانون اندراوس في التريودي الذي يتلى في الصوم الكبير إنسحاق كبير يسرّد قصص العهد القديم والعهد الجديد المتعلقة بالتوبة والإنسحاق والندامة. فهو يعتبر نفسه خاطئاً كبيراً جداً نادر المثال في الخطايا والذنوب. أمّا فم الذهب فقد قال في المطالبسي مردداً كلام بولس الرسول "أومن يا رب وأعترف أنّك المسيح ابن الله الحي الذي أتى الى العالم ليخلص الخطاة الذين أولهم

انا ". ما هذا الإنسحاق من بولس ومن يوحنا فم الذهب! إعتبرا نفسيهما أوّل الخاطئين في الدنيا. قانون يسوع من السواعي الكبير هو قانون خشوعيّ كبير. كلمات كبيرة مثلاً "ما خطيئة اليك منذ الدّهر حتى اليوم كما خطيتُ انا، أنقذني من بهيميّتي ". إقرّافات بأنّه خاطيء أكثر من اللّص والزانية والعشار ... في كتاب التريودي الكبير الذي نتلوّه في الصوم الكبير آيات من الإقرّاف بالخطايا والندامة. في كتاب المعزّي الذي نتلوّه على مدار السنة على الألحان الثمانية عبارات خشوعيّة إنسحاقيّة قويّة. في كلّ صلواتنا إنسحاق وخشوع.

في كلّ ذلك، ما هو المحرّك الأساسي للقديسين لهذا الإنسحاق؟ بفعل الروح القدس ضمير الآباء القديسين صارَ حادثاً جدّاً يُراقبُ صاحبه مراقبةً شديدةً ليلتقطَ أبسط الهفوات فيندم ويتوب ويبيكي ويتذلّل أمام الله إلتماساً للمغفرة. هؤلاء الآباء القديسون حفروا وعمّقوا، فوصلوا الى أعماق الأعماق الدّاخليّة كما جاء في إنجيل لوقا. إهتمّوا بالداخل لا بالخارج فكانت النتائج دائماً شعوراً عميقاً

بالذنب وهذا واقعٌ صحيح.

تصلُّنا أخبارُ الحروب باستمرار، ونعرفُ ما جرى في القرن  
العشرين من حروبٍ وويلات.

مَنْ إرتكبَ الحروب والجرائم؟.

الإنسان.

مَنْ يُخالف الأصول والقانون وتعاليم الإنجيل؟.

الإنسان.

مَنْ يرفض الإصلاح مئة بالمئة؟.

الإنسان.

ما نسبة الصالحين في الكون؟.

الرب يسوع نفسه إعتبرهم قلة. ولذلك فشعورُ القديسين بالنقص، بالخلل وبالاضطراب الداخلي هو كبير جداً. كل واحد منهم يعتبر نفسه أكبر الخاطئين على الأرض. هذا الإنسحاق يؤلّد التواضع الحقيقي. فبدون الشعور الواعي روحياً بالذنب يبقى الإنسان مغطاً بالرصاص. الإنسان الروحاني يُراقب نفسه باستمرار فيكشف عيوبه ونقائصه وخطاياها. يلتقط أبسط فكرٍ منبوذ، يحاسب نفسه على قسّة كبريت، ضميره أحد من السيف. قانون إندراوس في الصوم الكبير هو إقرار أن ما من شيء في العالم أفضل من ضميره الذي يذبّحه ذبحاً. القديسون عميقون داخلياً باطنياً لا خارجياً. يهتمون بالداخل وقل ما يهتمون بالخارج.

وداخل الإنسان معقّد جداً بسبب الخطيئة التي قطعنا ألف قطعة وهشمتنا، ولذلك فنحن نحمل عُيوباً منذ الطفولة. في كتابي "قِرْدُ أُمِ إِنْسَانٍ" نصوصٌ علميّة عن الجنين. فالجنين نفسه يغضب وهو في بطن أمّه ومتى خرج من بطن أمّه كان استعدادُهُ للغضب وللرفض كبيراً. يُخرج من بيئة دافئة الى بيئة مختلفة. يُقابل ذلك برودة فعل رافضة

ويحتاجُ الى الزَّمن ليتكَيَّف مع البيئات الجديدة. ولذلك ينشأ الإنسانُ مَعِيًّا: يَمَضُغُ بِشِراةٍ ومَتى ظَهَرَتِ أَسْنَانُهُ تَقْسُو نَفْسَهُ، قد يعضُ حُلْمَةً أُمِّهِ... يبدأ بالمشي فينتفخ كبرياءً، إن أنتجَ أيَّ شيءٍ ينتفخ ويتكبر. والطفُلُ متى بدأ يَعِي، يكتشف أَنَّهُ صَغِيرٌ بالنسبة الى غَيْرِهِ وسُلْطَةُ أَبِيهِ وأُمِّهِ وأَخَوْتِهِ عَلَيْهِ تُشْعِرُهُ بالنقص. فلذلك تَرِثُ منذُ الطفولة عُيُوبًا عَدِيدَةً تَلْعَبُ دَوْرًا في نشوءِ الإنسانِ مُعَقَّدًا فيتكبر وَيَتَجَبَّرُ وَيَتَنَفَخُ ويتباهى ويزهو. كلُّ هذه العيوب التي نشكو منها في الكِبَرِ لها أَساسُها في الطفولة فلذلك يُخْرَجُ الى المَاجِتمع أناسٌ مُعَقَّدِينَ بِشَهْوَةِ السُّلْطَةِ. يَشْتَهَوْنَ السُّلْطَةَ بِشِراةٍ وَشِراسَةٍ وَهُمْ مُسْتَعِدُّونَ لِإِرتكابِ العُنفِ في سَبيلِ الوصولِ الى السُّلْطَةِ والمكاسبِ.

الغِيرةُ والبَغْضاءُ والأَنانِيَّةُ موجودة منذُ الطفولة. فإِذن رُوحِيًّا، الإنسانُ يَحْتَاجُ الى تَوْبَةٍ مُتَواصِلَةٍ لِيَسْتَغْفَرَ اللهَ بِاستمرارٍ، لِيُصْلِحَهُ اللهُ وَيُنْقِذَهُ مِنَ الخَطَايا والمساوِئِ. العُزْبُ والكِبَرِياءُ مُرتَبِطان ببعضهما: الأَنانِي مُرتَبِطٌ بِذاتِهِ والمُتَكَبِّرُ مُعْتَرِثٌ بِذاتِهِ. الأُمُورُ مُربوطةٌ بِالذَّاتِ والأَنانِي هو مُستَعِدٌّ دائِمًا لِلدِّفاعِ عَنِ ذَاتِهِ. نَحْنُ نَحْمِلُ الغَلَطَ والأَنانِيَّةَ

في طَيَّاتِنَا فَيَنْشَأُ الطِّفْلُ أَنَانِيَّ غَضُوبٌ. تَدْفَعُهُ ظُرُوفُ الْحَيَاةِ إِلَى الْإِنْتِفَاحِ  
وَالِى الْكِفَاحِ لِیُحَامِيَ عَنْ مَمْلَكَاتِهِ. بِطَبِيعَةِ الْحَالِ، الْمَتَكَبِّرُ قَاسٍ ضِدَّ  
الْآخَرِينَ، وَالْقَسَاوَةُ مُرْتَبِطَةٌ بِالْغَضَبِ فَلِذَلِكَ الْعُضْبُ وَالْكِبْرِيَاءُ هُمَا  
مُتَلَازِمَانِ.

بَعْضُ الْمَتَكَبِّرِينَ عُنْجُوهُيُّونَ وَالْعُنْجُوهِيَّةُ مَرَضٌ عُضَالٌ. هُنَاكَ أَنَاسٌ  
مُعَقَّدُونَ لَا يَرْتَوُونَ مِنَ الْمَدَائِحِ وَالْإِطْرَاءَاتِ وَلَدِيهِمْ عَطَشٌ قَتَالٌ إِلَى  
ذَلِكَ. هَؤُلَاءِ هُمُ أَطْفَالُ كِبَارٍ وَإِنْ كَانُوا أَذْكَيَاءَ وَإِنْ كَانُوا رِجَالًا مَالٍ  
كِبَارٍ وَحُكَّامًا كِبَارًا، هَؤُلَاءِ هُمُ أَطْفَالٌ فِي تَصَرُّفَاتِهِمْ.

الْعِلَاجُ هُوَ فِي التَّوَاضُعِ. الْإِنْسَانُ الْمَتَكَبِّرُ الْمَتَعَجِّرُ هُوَ عُدَوَانِي  
وَلَوْ فِي الْجَوَفِ لَا فِي الْخَارِجِ. فِي النِّهَايَةِ هُوَ لَا يُحِبُّ الْآخَرِينَ مِنْ كُلِّ  
الْقَلْبِ لِأَنَّهُ أَنَانِيٌّ وَالْأَنَانِي لَا يُحِبُّ مِنْ كُلِّ قَلْبِهِ لِأَنَّهُ مَحَبَّتُهُ نَاقِصَةٌ  
وَلِلْمَنْفَعَةِ. الْأَنَانِيُّونَ نَفْعِيُّونَ، وَالْأَنَانِيُّونَ حَسَّاسُونَ يَرُدُّونَ الصَّاعَ  
صَاعِينَ كُلَّمَا طُعِنَتْ مَشَاعِرُهُمْ وَلَوْ خَطَأً. الْغَضَبُ وَالْكِبْرِيَاءُ  
مَتَضَامِنَانِ. مَتَى حَطَّمْنَا الْكِبْرِيَاءَ حَطَّمْنَا مَعَهَا الْغَضَبَ، وَمَتَى حَطَّمْنَا  
الْغَضَبَ أَصُولًا حَطَّمْنَا مَعَهُ الْكِبْرِيَاءَ. الْحَرْبُ وَاحِدَةٌ ضِدَّ الْكِبْرِيَاءِ

وَضِدَّ الغَضْبِ. نَقُولُ عَامًّا " الأَرْضُ الوَاطِيَةُ تَشْرَبُ مَاءَهَا وَمَاءَ  
الأَرْضِ الَّتِي فَوْقَهَا ". فَلِذَلِكَ التَّوَاضَعُ يَكْسِبُ كَثِيرًا. النِّعْمَةُ الإِلَهِيَّةُ لَا  
تَبْتَغِلُ تَمَامًا فِي الْإِنْسَانِ الْمُتَكَبِّرِ، الْمُتَعَجِّزِ، الْعُضُوبِ. لَا بُدَّ مِنْ  
إِقْتِلَاعِ الغَضْبِ وَالْكَبرِيَاءِ لِتُصْبِحَ النَّفْسُ أَرْضًا خَصْبَةً تُعْطِي ثَمَرًا مِنْ  
ثَلَاثِينَ أَوْ سِتِّينَ أَوْ مِئَةً. بِدُونِ إِقْتِلَاعِهِمَا تَبْقَى الأَرْضُ حَجَرَةً مَزْرُوعَةً  
بِالْأَشُوكِ.

الرُّوحُ الْقُدُسُ لَهُ الْمَجْدُ يَحِلُّ فِي قُلُوبِ التَّوَاضِعِينَ. فِي الْكِتَابِ " اللَّهُ  
يُقَاوِمُ الْمُسْتَكْبِرِينَ وَيُؤَيِّلُ التَّوَاضِعِينَ نِعْمَةً ". إِبْرَاهِيمُ تَوَاضَعَ عِنْدَ اللَّهِ،  
أَيُّوبُ كَذَلِكَ، الْمَزَامِيرُ كَذَلِكَ. هُنَاكَ كَثِيرُونَ تَوَاضَعُوا أَمَامَ اللَّهِ  
وَشَعَرُوا بِأَنَّهُمْ نِهَايَاتُ أَمَامَ مَجْدِ اللَّهِ. لَا نَسْتَطِيعُ أَنْ نَفْتَخِرَ عَلَى اللَّهِ،  
نَحْنُ نَفْتَخِرُ بِاللَّهِ.

الْإِنْتِفَاحُ وَالْغَضَبُ هُمَا مِنَ الْأَهْوَاءِ الشَّرِّيرَةِ الْمُؤْذِيَةِ جَدًّا. الرَّبُّ  
يَسُوعُ الْمَسِيحُ لَهُ الْمَجْدُ يُرِيدُ أَرْضًا خَصْبَةً تُعْطِي ثَلَاثِينَ وَسِتِّينَ وَمِئَةً،  
أَيُّ أَنْ تَكُونَ الأَرْضُ خَالِيَةً مِنَ الْأَشُوكِ وَالْحِجَارَةِ وَفِيهَا قُوَّةُ إِنْبَاتِيَّةٍ  
قَوِيَّةٍ.



كيف نستطيع أن نجعل الأرض الداخلية ممهّدة وجاهزة لحلول الروح القدس بدون الوداعة والتواضع؟.

هذا مستحيل. نحتاج أولاً الى تطهير ذواتنا من الغضب والكبرياء. المتكبر لا يُحبّ إلّا من طرف اللسان، والعُضوب ذو استعداد للفورات والانتفاضات، فهو قد يكون رحيماً في موقفٍ وغاضباً في موقفٍ آخر.

الربّ يسوع المسيح له المجد ذو طبيعة مخالفة لهذه الطبيعة. طبيعته وديعة متواضعة، يتعاطى مع الناس بوضوح وشفافية.

علاقائنا مع الناس تحتاج الى رحابة الصدر. العُضوب هو بلا رحابة صدر والمتكبر كذلك. رحابة الصدر هي فضيلة رائعة جداً تجعل صاحبها سلساً في التعاطي مع الآخرين. يستمع إليهم بطول أناة ولا يضرّج من الآخرين لأنّ الضجر هو فرع من الغضب في النهاية. يستقبل الآخرين بفرح كبير ويحتمل الآخرين بصدرٍ واسع جداً.

العُضوب لا يتحمّل الآخرين والمتكبر المتعجرف يريد أن يفرض

ذاتهُ على الآخرين. المطلوب روحياً هو أن نضع الآخرين في القلب،  
وكَلَّمَا وَضَعْنَا إِنْسَاناً مَا فِي الْقَلْبِ نَضَعُ يَسُوعَ فِي الْقَلْبِ. إِنْ أَحْبَبْتُ  
النَّاسَ أَجْمَعِينَ، كَانَ فِي قَلْبِي مِائَاتُ الْمَلَائِكَةِ مِنَ الْأَمَكِنَةِ لِيَسُوعَ الْمَسِيحِ.  
الْمُتَكَبِّرِ وَالْعُضُوبُ ضَيِّقاً الصَّدْرَ، وَضَيْقُ الصَّدْرِ مُرْتَبِطٌ بِالْكِبْرِيَاءِ  
وَالْغَضَبِ. وَلِذَلِكَ مِنْ أَجْلِ تَطْبِيقِ الْحُبِّ الَّتِي هِيَ فَضِيلَةُ الْفَضَائِلِ، نَحْنُ  
نَحْتَاجُ إِلَى التَّوَاضُّعِ وَالْوَدَاعَةِ. مَتَى كَانَتْ فِينَا آثَارٌ مِنَ الْكِبْرِيَاءِ  
وَالْغَضَبِ كَانَتْ حَالَتُنَا الدَّاخِلِيَّةُ مَعْقَدَةً جَدًّا.

وَالْآبَاءُ الْقَدِيدُونَ كَيْفَ قَضَوْا عَلَى ذَلِكَ؟.

بِالتَّوَاضُّعِ وَبِالْإِعْتِرَافَاتِ بِالْخَطَايَا. كَانَ لَدَيْهِمْ شَعُورٌ بِالذَّنْبِ. هَذَا  
الشَّعُورُ كَانَ يَجْرَحُ ضَمِيرَهُمْ، يَجْرَحُ قَلْبَهُمْ بِقُوَّةٍ هَائِلَةٍ كُلَّمَا وَبَّخَهُمْ  
ضَمِيرُهُمْ عَلَى أَسْطِ الْهَفَوَاتِ. هُمْ دَائِمًا فِي يَقْظَةٍ وَاعِيَةٍ لِيُبْقُوا صُدْرَهُمْ  
بَعِيدًا عَنْ سِهَامِ الشَّرِّيرِ. فَالشَّرِّيرُ جَاهِزٌ دَائِمًا لِكَيْ يَجْرَحَ قُلُوبَنَا  
بِسِهَامِهِ. هَؤُلَاءِ هُمْ فِي بُرْجِ الْمِرَاقِبَةِ، بُرْجِ الْيَقْظَةِ لِنَلَّا يَدْعُوا أَفْكَارًا  
وَمِيوَالًا وَأَهْوَاءً غَرِيبَةً تَنْدَسُّ عَلَيْهِمْ. التَّوَاضُّعُ وَالْوَدَاعَةُ هُمَا فَضِيلَتَانِ

هَامَّتَانِ لَكِي يَعْجَزُ الشَّيْطَانُ عَنْ غَزْوِ الْقُلُوبِ. مَتَى اعْتَرَفْنَا بِخَطَايَانَا  
اعْتَرَفْنَا دَقِيقًا بِتَذَلُّلٍ وَانْسِحَاقٍ أَبْعَدَنَا الشَّيَاطِينَ.

الشُّعُورُ بِالذَّنْبِ نَوْعَانِ:

• شعورٌ في اللَّوَاعِي يُؤَلِّدُ الْأَمْرَاضَ النَّفْسِيَّةَ.

• شعورٌ وَّاعٍ مِثْلَ شعورِ الْقَدِيسِينَ لَا يُؤَدِّي إِلَى مَرَضٍ نَفْسَانِي  
بَلْ يَدْعُو الْمُؤْمِنَ يُرَاقِبُ نَفْسَهُ مُرَاقِبَةً شَدِيدَةً لِيَحْفَظَهَا مِنْ  
الشَّرِيرِ.

الْأَوَّلُ مَرِيضٌ نَفْسِيًّا لِأَنَّ الشُّعُورَ بِالذَّنْبِ الْحَشَوِ فِي اللَّوَاعِي  
يُجَوِّفُ عُمُقَهُ الدَّاخِلِيَّ وَيُصْبِحُ سَطَحِيًّا. قَدْ يَكُونُ مُؤْمِنًا وَيُؤَدِّي  
فُرُوضَ الْعِبَادَةِ وَلَكِنَّهُ سَطَحِيٌّ لِأَنَّ الشُّعُورَ بِالذَّنْبِ جَعَلَهُ فَارِغًا. هَؤُلَاءِ  
يَحْتَاجُونَ إِلَى تَطْيِيبِ نَفْسِيٍّ يُؤَدِّي إِلَى تَحْرِيرِ طَاقَاتِهِمْ وَتَحْوِيلِهَا إِلَى مَتَانَةٍ  
الشَّخْصِ الدَّاخِلِي.

الْآبَاءُ الْقَدِيسُونَ رِجَالٌ صَنَادِيدُ. بَاسِيلْيُوسُ، يُوْحَنَّا فَمِ الذَّهَبِ،  
يُوْحَنَّا الدِّمَشْقِيُّ وَسِوَاهُمْ أَفْضَالُ صَنَادِيدُ. ضَمَائِرُهُمُ الْحَيَّةُ كَانَتْ

تَجَرِّحُهُمْ لِيَتَخَلَّصُوا بِالتَّوْبَةِ مِنَ الْأَفْكَارِ وَالْمَيُولِ الشَّرِيرَةِ. الْآبَاءُ الْقَدِيسُونَ يَمْتَلِكُونَ وَعِيًا نَادِرًا بِالصَّلَوَاتِ الْحَارَّةِ. وَبِامْتِهَانِ الْفَضَائِلِ، تُصْبِحُ الْحَرَكَةُ بَيْنَ اللَّاشْعُورِ وَالشَّعُورِ أَيْ بَيْنَ اللَّاَوَعِيِّ وَالْوَعِيِّ حُرَّةً كَثِيرًا. فِي شُعُورِ الذَّنْبِ الْقَوِي وَالتَّوْبَةِ الصَّحِيحَةِ، يُحَرِّرُونَ لِاشْعُورَهُمْ مِنْ نَوَاقِصِهِ وَتُصْبِحُ الْقُوَى الَّتِي تُسْتَهِلَكُ فِي اللَّاشْعُورِ فِي خِدْمَةِ الشَّعُورِ. فَلِذَلِكَ، هَؤُلَاءِ يَتَمَتَّعُونَ بِصَفَاءٍ دَاخِلِيٍّ كَبِيرٍ لِأَنَّهُمْ مُمْتَلِئُونَ مِنَ الرُّوحِ الْقُدُسِ. الرُّوحُ الْقُدُسُ لَهُ الْمَجْدُ هُوَ رُوحُ الْوِدَاعَةِ، يَتَغَلَّغِلُ فِي الْقُلُوبِ الْوَدِيعَةِ إِلَى الْعُمُقِ.

الْمَرْضَى النَّفْسَانِيُّونَ يُرَدِّدُونَ عِبَارَاتِ الصَّلَوَاتِ تَرْدِيدًا بَيَّغَائِيًّا، هُمْ مَعْقُودُونَ لَا قُدْرَةَ عَلَيْهِمْ لِلْإِنْطِلَاقِ بِكُلِّ النَّفْسِ إِلَى اللَّهِ. قُورَاهُمْ مُجَمَّدَةٌ مُسْتَهِلَكَةٌ فِي صِرَاعَاتٍ لِاشْعُورِيَّةٍ لَا يَكْشِفُهَا لَهُمْ سِوَى التَّطْيِيبِ النَّفْسِيِّ عَلَى يَدِ الْخُبَرَاءِ الْفُهَمَاءِ. فَلِذَلِكَ التَّوَاضَعُ الْمَسِيحِيُّ مِنْ طَبِيعَةٍ أُخْرَى. الْآبَاءُ الْقَدِيسُونَ صَاحِبُونَ وَاعُونَ يَقْظُونَ بِصُورَةٍ شَامِلَةٍ، لَا يَدْعُونَ فِكْرَةً غَرِيبَةً تَدْخُلُ سَاحَةَ الْوُجْدَانِ إِلَّا إِنْ غَدَرَ بِهِنَّ الشَّيْطَانُ فِي غَفْلَةٍ مِنَ الزَّمَنِ. هُمْ دَائِمًا يَمْلِكُونَ الْوَعِيَّ التَّامَّ لِكُلِّ شَيْءٍ. بِالصَّلَاةِ

وَالْأَصْوَامِ يُطَهِّرُونَ بَاطِنَهُمْ فَيَتَحَرَّكَ اللَّاشَعُورُ فِي الشُّعُورِ حَتَّى يُصْبِحَ  
الْإِنْسَانُ مَنْسَجَمًا بِلَا حَرْبٍ بَيْنَ الرُّوحِ وَالْجَسَدِ كَمَا جَاءَ فِي غِلَاطِيَّةِ  
٥: ١٩-٢٢: " وَأَعْمَالُ الْجَسَدِ وَاضِحَةٌ وَهِيَ الْعِشْقُ وَالزَّيْنُ  
وَالنَّجَاسَةُ وَالْعُهْرُ وَعِبَادَةُ الْأَوْثَانِ وَالسِّحْرُ وَالْعِدَاوَاتُ وَالْخِصَامُ  
وَالغَيْرَةُ وَالشَّقَاقُ وَالتَّحَزُّبُ وَالْمَنَازَعَاتُ وَالْبِدْعُ وَالْحَسَدُ وَالْقَتْلُ  
وَالسُّكْرُ وَالْقَصْفُ وَمَا أَشْبَهَ ذَلِكَ، وَعَنْهَا أَقُولُ لَكُمْ سَلَفًا كَمَا قَدْ  
قُلْتُ قَبْلًا، إِنَّ الَّذِينَ يَصْنَعُونَ مِثْلَ هَذِهِ لَا يَرِثُونَ مَلَكَوْتَ اللَّهِ. أَمَّا  
ثَمَرُ الرُّوحِ فَهُوَ الْحُبَّةُ وَالْفَرَحُ وَالسَّلَامُ وَطُولُ الْأَنَاءِ وَاللُّطْفُ  
وَالصَّلَاحُ وَالْإِيمَانُ وَالْوَدَاعَةُ وَالْعَفَافُ وَهَذِهِ لَيْسَ نَامُوسٌ ضِدُّهَا ".

هُم تَخَلَّصُوا بِنِسْبَةٍ كَبِيرَةٍ فِي هَذِهِ الْحَرْبِ وَصَارُوا رُوحَانِيِّينَ.  
مَحَبَّتُهُمْ هِيَ مَنْطَلِقَةٌ إِلَى الْأَمَامِ لَا مُنْكَمِشَةٌ إِلَى الْوَرَاءِ، يُحِبُّونَ كُلَّ  
النَّاسِ. فِي تَعَامُلِهِمْ مَعَ النَّاسِ هُمْ بُسَطَاءُ عَادِيَّونَ طَبِيعِيَّونَ بِلَا تَعْقِيدٍ،  
شَفَافُونَ وَاضِحُونَ مُسْتَقِيمُونَ صَادِقُونَ بِلَا كَذِبٍ بِلَا رِيَاءٍ بِلَا نِفَاقٍ  
بِلَا مُوَارَبَةٍ بِلَا عُدَوَانِيَّةٍ. فَهَنَّاكَ عُدَوَانِيَّةً مَخْفِيَّةً فِي اللَّاشَعُورِ. التَّرْبِيَّةُ  
الْمَسِيحِيَّةُ الْحَقِيقِيَّةُ تُخَلِّصُنَا مِنْ هَذِهِ الْعُدَوَانِيَّةِ فَتَصِيرُ إِجْبَائِيَّةً. كُلُّ

الحركات السلبية في الإنسان هي مُرتبطة باللاشعور. أمّا الإنسان الذي فتحَ لاشعوره على شعوره فتحاً كاملاً وصارَ الوعي واللاوعي لديه يتعاملان بسهولةٍ متينة وبانفتاحٍ كبير، فهذا الإنسان غيرُ معقّد. التعقيدُ هو مرضٌ نفسيّ. ينهمكُ المرءُ في حربٍ داخليةٍ لا شعوريةٍ ونحن لا نقول إنّها فئةٌ روحانيّة. فلذلك التواضع والوداعة فضيلتان كبيرتان تجتمعان في الإنسان فيمتلئ من الروح القدس شيئاً فشيئاً، فتضعفُ كثيراً طاقات الخطايا الأخرى.

الغضبُ هو مصدرُ الطاقات، وبدون الغضب أو القوة الغضبية لا قوّة للإنسان ليمدّ يده ويضرب. فلذلك بالإعترافات وبالتوبات العميقة في الكنيسة الأرثوذكسية، تصيرُ الأرضُ ممهّدةً لقبولِ الروح القدس. في التواضع والوداعة تتحوّل القوة الغضبية الى بطولةٍ شخصيةٍ في المتانة وفي قطع رؤوس الأهواء. لماذا؟.

لأنّ طاقات الغضب قد إنثرت وصارت في خدمة الفضائل الأخرى. فبالقوّة الغضبية المحوّلة، أستطيعُ أن أصنعَ الخير الى الآخرين

بجراحةٍ كبيرة. كلُّ القوى التي كانت تُنفق في أعمالٍ باطلة، صارت اليوم تُنفق في أعمالٍ إيجابيّة: في المحبة، في طولِ الأناة، في الأعمالِ الخيريّة، في أعمالِ البرِّ والإحسان. الذين حولوا قوتهم الغضبيّة، صاروا رجالَ برٍّ وقداسة. الودعاء صاروا قديسين. الوديع، بفعل الروح القدس هو قديس. التذلل أمام الله، الإنسحاق أمام الله، صلواتُ التوبة العديدة في الكنيسة الأرثوذكسيّة ضدّ الخطايا، تسحق رؤوس التنانين وتحوّل طاقاتنا جميعاً للأعمال الفاضلة. الإنسان كائنٌ حيٌّ نشيطٌ فعّالٌ نفاذ، لديه طاقاتٌ عديدة. إن ساءت تربيتُهُ، أنفقها في اللّاشعور وكان في النهاية بطّالاً مشلولاً. أمّا إن صار متواضعاً ووديعاً، فهذه الطاقات كلّها تتحوّل الى أعمالٍ خيريّة.

الإنسانُ مخلوقٌ عظيمٌ جداً ومعقّد. هذا صحيح! فيه إمكانياتٌ كبيرة جداً إن تحوّلت صار قديساً. ولكنّ إرتباطه بالطعام والشراب منذ مولده وارتباطه في هذه الدنيا في المنظورات والملموسات والمسموعات، وارتباطه مع العالم الخارجيّ يجعله يُنفق طاقاته خارجاً وخارج الميدان الحقيقي. وإذا تعقّد نفسياً ومرّض نفسياً، تُستهلك

طاقاته في حروب اللاشعور فينتهي تافهاً وسخيفاً وسطحياً. إن رأينا متدينين سطحيين بدون عمق، فهؤلاء هم معقدون نفسياً فلا نحكم على الدين بسببهم. نحكم على الدين في أشخاص مثل باسيلوس وغيغوريوس ويوحنا الدمشقي والقديسة بربرة وسواهم والشهداء القديسين والنساء الكبار الذين واجهوا الموت بشجاعة نادرة، هناك يكون الحكم على التقوى والفضيلة. هؤلاء القديسون هم شذوذ بالنسبة الى باقي الناس والعالم، والحقيقة هم الأصحاء ونحن المرضى. الحياة الروحية هي نتيجة تحوّل طاقات الإنسان الى البرّ والتقوى والعبادة الحسنة والأعمال الفاضلة والصلوات الحارة. القديسون حولوا طاقاتهم الى الله، حولوا عشقهم الى الله، حولوا أقوالهم الى الله. صار كيأنهم مرتبطاً بالله. أمّا المرضى النفسيون فهم أنانيون مرتبطون بأنفسهم ومشغولون بأنفسهم.

ولكن في الحقيقة يبقى الإنسان عظيماً وضعيفاً وهو معقدٌ بنسبة كبيرة جداً. عجز الطب النفسي والطب العقلي والطب الجسدي-النفسي عن سبر أغوار الإنسان وما زالوا يخطأون في تشخيص



الأمراض النفسِيَّة ومهما كانوا مُتقدِّمينَ في العِلْم فلا بُدَّ من الصبرِ  
الجميل. يخطأونَ في التشخيص ويخطأونَ في المداواة.

الآباء الروحيُّون القدِّيسون الذين إستطاعوا أن يفتحوا النوافذ بين  
الشعور واللاشعور، والذين يقومونَ بعملِيَّة تصفية واسعة  
"للمكبوتات" كما نقولُ في التحليل النفسي، ونجحوا في تحريرِ القوى  
المكبوتة وتحويلها الى فضائلٍ والى طاقاتٍ في خدمة الفضائل، هؤلاء  
نجحوا عبرَ التاريخ في تربية تلاميذهم تربيةً روحِيَّة مُقدَّسة فوصلوا الى  
أعمقِ أعماق الإنسان وأخرجوا مِنْهُم قَدِّيسين. لا نستطيع أن نكتفي  
بالنظراتِ السطحيَّة، ولذلك فالآباء الروحيُّون العميقون والمتمرسون  
جداً يُساعدونَ الإنسان العادي على التمرُّس بالتقوى والعبادة  
والقداسة. هؤلاء هم قادرون على أن يصنعوا من الناس قَدِّيسين  
ولكن ليسَ البَشَرُ جميعاً مَسْطَرَّةً واحدة. الكنيسةُ الأرثوذكسيَّة  
بالتريودي والمعزِّي والسواعي الكبير والمزامير الروحيَّة وقانون يسوع  
في السواعي الكبير وسوى ذلك من الكُتُب تُدَرِّب المؤمنين على  
الخشوع وعلى حُسن العبادة والتقوى وعلى التواضع الحقيقي

النجاح في التربية الروحية جيّد ولكن ليست من قاعدة عامّة، لماذا؟. لأنّ المعادن مختلفة. هناك رُهبان صالحون للتطوير وهناك رُهبان في درجاتٍ مختلفة. في جبل آتوس منذ دهرٍ يقولون أنّ الراهب الذي يُصَلِّي لا يُصابُ بالخرف أبداً أي يبقى محتفظاً بنضارته، والراهب الذي لا يُصَلِّي يُصابُ بالخرف. والطبُّ اليوم وصلَ الى نتيجةٍ ماثلة: النشاطُ الذهنيّ يحمي الدماغ من التلف ويبقى الإنسان سليماً ولو تقدّم في السنّ فهو يبقى خالياً من الخرف. جبل آتوس سبقَ الطبّ بسنواتٍ عديدة بهذه الأقوال، وأديرة جبل آتوس لديها خبرة رهبانيّة واسعة جداً. هناك رُهبان لديهم بُنية نفسية قابلة لتفكيكٍ وتحويلِ الطاقات الى فضائل. هذه الفضائل تتطلّب من النفس البشريّة شيئاً من الاستعدادات في البنية. تتطلّب مرونة ولين وعضاضة. ما كلُّ الناس في استعدادٍ لهذا التطوُّر. فإذا كان الراهب ذا استعداداتٍ جيّدة لتحويلِ طاقاته عن الرذائل الى الفضائل، فهذا يتطلّب عضاضةً. على الإنسان أن يكونَ غَضّاً مثل الأطفال، والإنسان لا يحتفظ بعضاضة

الأطفال. ولذلك فالأمّهات قادرات على خلقِ الأطفال خلقاً جديداً  
فتستفيد من غضاضة الطفل فتحوّل طاقاته. هذا يتطلب حسّ نفسي  
وتربوي دقيق ما كل النساء بقادراتٍ على ذلك. الرجل الذي يحتفظ  
بالغضاضة يستطيع دائماً أن يتحوّل. هناك أناسٌ قساةُ القلوب بسببِ  
التربية وظروف الحياة، وإستعداداتهم للتحوّل محدودة.

ولذلك النجاح في الرهبة ذو درجات عديدة جداً. ما كل الناس  
صالحون للنجاح مئة بالمئة في الرهبة. فهُم درجات بحسب البنية  
الأساسية. مَنْ كَانَ غَضّاً كالأطفال كَانَ لَدَيْهِ استعدادٌ لتحويل طاقاته  
إلى الحياة الروحية. الناسُ معادن، ووظيفتنا دينياً وروحياً هي أَنْ  
نُسَاعِدَ كُلَّ إِنْسَانٍ عَلَى التَّقَدُّمِ وَلَوْ نَسِيباً فِي عِبَادَةِ اللَّهِ فَلَا نَطْرَحُ  
إِنْسَاناً جَانِباً أَبَداً وَلَا نِيَّاسَ مِنْ إِنْسَانٍ مَا أَبَداً، لِأَنَّا نُؤْمِنُ بِنِعْمَةِ الرُّوحِ  
الْقُدُسِ الَّتِي تُكَمِّلُ كُلَّ شَيْءٍ. الرُّهْبَانُ النَاجِحُونَ، وَأَبَاءُ الْكَنِيسَةِ  
الْقَدِيسُونَ اللَّامِعُونَ مَا اسْتَطَاعُوا ذَلِكَ إِلَّا بِفِعْلِ الرُّوحِ الْقُدُسِ.  
أورشليم، مركزُ العبادة الإلهية قَبْلَ الْمَسِيحِ وَالْكِتَابِ الْمُقَدَّسِ - التَّوْرَةِ  
بِيَدِهَا، وَمَعَ ذَلِكَ مَاذَا قَالَ يَسُوعُ فِيهَا؟

" يا أُورشليم يا أُورشليم يا قاتلة الأنبياء وراجمة المرسلين إليها ". لم يستطع ناموس موسى أن يُحوّل كلّ سكان أُورشليم الى قديسين، فبقوا قساة القلوب يقتلون الأنبياء والمرسلين. ولكنّ نعمة الروح القدس قادرة على التحويل بكميات كبيرة. ومنذ نشأة المسيحية حتى اليوم، التبدّلات في العالم كثيرة جداً. من الخطأ أن ننظر الى الوجوه البارزة، المهم أن ننظر الى عامّة الشعب، الى الرهبان الى الأديرة. يوحنا فم الذهب عقّد مواعظ عن تقدّم الناس بفضل المسيحية في أيامه أي في القرن الرابع. ونحن نستطيع أن نعقد العظات أيضاً عن تقدّم المسيحية في أيامنا وقبل أيامنا. علينا أن ننظر الى الأشخاص فردياً لا الى الجماعات ولا الى الوجوه الإجتماعية فلا ننخدع بالمظاهر، لا ننخدع بالغنى بالسلطات. ننظر في العمق ونحكم في العمق ونعرف أن في الشعب قديسين. لا ننخدع ابداً. علينا أن نفكّش في القديسين. هؤلاء القديسون في الشعب هم الذين يحمون العالم من الخراب والدمار.

مَنْ هُمْ هَؤُلاءِ الْقَدِيسُونَ فِي الشَّعْبِ؟

الله يعرفهم. قد يكون أحدُهم فقيراً غير موجهة إليه الأنظار، بائع خضار... هؤلاء الذين لا نُعطِيهم أَهمِّيَّة، هؤلاء يجب أن يجذبوا أنظارنا. هم بقداستهم وطهارتهم لا يُطبلون ولا يُزَمِّرون كالفرّيسيين، هؤلاء يعيشون يسوع المسيح في الداخل. هؤلاء القديسون البسطاء الدراويش ليس من السهل أن يكتشفهم الإنسان، ولكنهم هم حُماة المدن والقرى والدُول والأُمَم. بتقواهم بصلواتهم تنحدر نعمة الروح القدس على الشعوب والأُمَم.

أيّها الربّ يسوع إلّٰهنا أُرسل روحَ أَيْبِكَ الْقُدُّوسِ الى شعوب الأرض جميعاً ليعرفوك ويعبدوا الإله الحقيقي. ربّنا يسوع المسيح يا ابنَ الله الوحيد ربّ السماء والأرض، أُرسل روحَ أَيْبِكَ الْقُدُّوسِ الى قلوب المؤمنين ليحرق فيها الخطايا ويُجدّد فيها الإيمان، ليكوّنها بنارِكَ الإلهيّة لشتعل جميعاً إيماناً ورجاءً ومحبةً، لنعشّقكَ وحدك دون أيّ شيءٍ آخر. ارفع قلوبنا اليك، قوّي قلوبنا بنعمة الروح القدس لك المجد والإكرام والسّجود الى أبد الآبدين ودهر الداهرين آمين.

قال الربُّ يسوع " تَعَلَّمُوا مِنِّي فَإِنِّي وَدِيعٌ وَمَتَوَاضِعُ  
القلب ". اللَّفْظَةُ الْيُونَانِيَّةُ تَعْنِي حَرْفِيًّا " نَتَلَمَذُوا  
لِي فَإِنِّي وَدِيعٌ وَمَتَوَاضِعُ الْقَلْبِ " .

الْقَدِّيسُونَ مَتَوَاضِعُونَ وَوُدَّعَاءُ وَهَذَا نَتِيجَةُ جِهَادِ  
رُوحِي مَرْيَمَ .

الْعِذْرَاءُ مَرْيَمُ قَالَتْ " تَعْظَمُ نَفْسِي الرَّبُّ وَتُبْتَهِجُ  
رُوحِي بِاللَّهِ مَخْلَصِي لِأَنَّهُ نَظَرَ إِلَى تَوَاضِعِ أُمَّتِهِ " .  
إِسْتَحَقَّتِ الْعِذْرَاءُ أَنْ تُصَوِّرَ أُمًّا لِيَسُوعَ الْمَسِيحِ  
بِفَضْلِ تَوَاضُعِهَا .



أسبيرو جبور  
الجبل للنشر والتوزيع